

# Anfängerkurs

## Form 1. Teil

Die Tai Chi Form, die wir unterrichten, gliedert sich in drei Teile: Erde, Himmel und Mensch. Der erste Teil symbolisiert die Erde und eignet sich gut, um einen Einstieg zu finden und diese fernöstliche Bewegungskunst kennenzulernen.

### **Kurse am Mittwoch**

19.00 – 20.00 Uhr

Kursdaten

18. August – 1. Dezember 2010

Kein Kurs: 22./ 29. September, 6./ 13. Oktober

### **Kurse am Donnerstag**

09.00 – 10.00 Uhr

Kursdaten

19. August – 25. November 2010

Kein Kurs: 30. Sept. / 7. und 28. Oktober

### **Kurse am Samstag**

09.00 – 12.00 Uhr

Kursdaten

2. Okt. / 23. Okt. / 13. Nov. / 4. Dez. 2010

Kurskosten

260.- Fr.

Kursort

Lang Sam

Vonwilstrasse 23, 9000 St. Gallen

Kursleitung

Bernhard Ludwig

Lehrberechtigte der ITCCA

bernhard@lang-sam.ch

079 543 55 40